महर्षि पतंजलि एवं महात्मा बुद्ध की योग साधना पद्धति
(तुलनात्मक एवं समीक्षात्मक अध्ययन)

2009

SYNOPSIS

पी0एच0डी0 उपाधि हेतु प्रस्तुत शोध प्रबंध का प्रारूप

निर्देशिका

डा0 सुधा रानी पाण्डेय
कुलपति
उत्तराखण्ड संस्कृत विश्वविद्यालय
हरिद्वार।

सह–निर्देशक

डा0 एच0एन0 मिश्र
भूतपूर्व प्रोफेसर

शोधार्थिनी

श्रीमती उर्मिला पाण्डेय
देव संस्कृति विश्वविद्यालय
शान्तिकुंज, हरिद्वार।

मानव चेतना एवं योग विज्ञान विभाग
देव संस्कृति विश्वविद्यालय,
गायत्री कुंज–शान्तिकुंज,
हरिद्वार (उत्तराखण्ड)

महर्षि पतंजलि एवं महात्मा बुद्ध की योग साधना पद्धति (तुलनात्मक एवं समीक्षात्मक अध्ययन)

प्रस्तावनाः–

आत्म विकास एवं सुव्यवस्थित जीवन व्यतीत करने के लिए, चिन्तनपरक मानवीय प्रवृत्ति ने विभिन्न साधनात्मक विचारधाराओं को जन्म दिया है। जीवन–दर्शन की व्याख्या करने वालो में मीमांसा, वेदान्त, न्याय, वैशेषिक, सांख्य, योग–दर्शन, इसके अतिरिक्त (अवैदिक कालीन) बौद्ध एवं जैन दर्शन का भी उदय हुआ। प्राचीन ऋषियों द्वारा तत्व–साक्षात्कार हेतु स्वानुभाव के आधार पर अन्वेषित योग की परम्परा साधना के साधन के रूप में प्राचीन है। योग विषयक अनेक महत्वपूर्ण प्रसंग वेद, उपनिषद, महाभारत, गीता, योगवासिष्ठ आदि ग्रंथो में प्राप्त होता है।

उपनिषद् परम्परा में योग को तत्व ज्ञान एवं तत्व ज्ञान के उपाय के रूप में विकसित किया गया है। श्रीमद्भगवत गीता में योग को और अधिक व्यावहारिकता प्रदान की गई है जिसे जीवन जीने की पद्धति के रूप में विकसित करके सार्वभौमिकता प्रदान की गयी है। आधुनिक काल में भी श्री अरविन्द, स्वामी विवेकानन्द, महात्मा गाँधी, आचार्य श्री राम शर्मा, लाहड़ी महाशय आदि ने योग विज्ञान को समाजपरक विषय बनाने में महत्वपूर्ण योगदान दिया। इसी कारण आज योग व्यक्तिगत साधना मार्ग के साथ ही सभी के लिए जीवन जीने की कला पद्धति के रूप में स्वीकार है। जिसके कारण ही इस प्राचीन भारतीय विद्या का अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर पहचान बनी है एवं प्रसार करके वसुधैव–कुटुम्बकं के भाव को सार्थक किया जा रहा है। इस प्रकार जन–मानस में भारत–भूमि को जगतगुरू की भूमि के रूप में समझा जा सकता है। जिसका उद्देश्य मानवता के कल्याण के लिए एवं विश्व शांति के लिए (अनेक महापुरूषों एवं संस्थाओं जैसे महर्षि महेश योगी, शांतिकुंज, पातंजलि योगपीठ, आदि) यौगिक–जीवन पद्धति का प्रसार, विभिन्न सामायिक शिविरों के माध्यम से योग प्रशिक्षण के द्वारा किया जा रहा है, न कि संरक्षण के नाम पर उसे पेटेंट कराना। इन प्रयत्नों के कारण ही 'योग' दार्शनिक विचार–धारा से वैज्ञानिकता की ओर अग्रसर होकर जनसुलभ होता चला आ रहा है।

आधुनिक समाज के आधुनिक रोगों के निवारण में योग की प्रक्रियाएं रिसर्च द्वारा उपयोगी सिद्ध हो चुकी है। अतः योग न सिर्फ आध्यात्मिक उन्नति के लिये लाभदायक है, बल्कि शारीरिक–मानसिक स्वास्थ्य हेतु भी बहुआयामी लाभ प्रदान करता है। प्राचीन समय से ही दुखों का उपशमन सभी को इष्ट था, किंतु योग के गूढ़ रहस्यों को समझे बिना, सिर्फ क्लिष्ट वासना के उपशमन से जो निर्वाण प्राप्त होता है, वह यर्थाथ नहीं है, जबकि महानिर्वाण को बौद्ध–योग में यर्थाथ माना गया है। महानिर्वाण की प्राप्ति के पहले साधक को बोधिसत्व अवस्था में आरूढ़ होकर क्रमशः उच्चतर भूमियों का अतिक्रम करना पड़ता है क्योंकि बोधसत्व की अवस्था भी एक प्रकार के अज्ञान की अवस्था है जो अक्लिष्ट है। क्रम विकास के इस योग में किसी–किसी का शत–शत जन्म भी बीत जाता है।

योग साधना को दर्शन के रूप में मान्यता दिलाने का श्रेय महर्षि पतंजलि को है, क्योंकि उन्होंने योग की विभिन्न प्रणालियों का समन्वय करके उन्हें सैद्धांतिक रूप से सूत्रशैली में निबद्ध कर शास्त्र का रूप प्रदान किया। अतः योगदर्शन का प्रतिपादक ग्रंथ 'पातंजलयोगसूत्र' ही है। परम्परानिष्ठ विद्धान चरक–संहिता के संस्कारकर्त्ता, महाभाष्य प्रणेता तथा योग–सूत्र रचयिता को एक मानते रहे है, किंतु अब यह निश्चित हो गया है कि योगसूत्रकार पतंजलि, महाभारत कालिक कृष्णद्वैपायन न्यास से पूर्ववर्त्ती आचार्य है तथा वह पुष्यमित्र शुंग के अश्वमेध पुरोहित आचार्य पतंजलि से सर्वथा भिन्न हैं। (पातंजलयोग–अरविन्द योग, डा0 त्रिलोक चन्द्र, 1991)

योग के सभी प्रकार (ज्ञान, कर्म, भक्ति, बौद्ध, जैन, आदि) का उद्‌देश्य व्यक्ति को उसके सही स्वरूप का प्रत्यक्षीकरण कराना ही है। अतएवः योग, आध्यात्मिक लक्ष्य को प्राप्त करने के साधन के साथ ही सांसारिक दृष्टि से भी मानव जीवन की सार्थकता एवं सफलता का प्रबंधन है। जिस समय महात्मा बुद्ध का लोक में जन्म हुआ, उस समय देश में अनेक वाद प्रचलित था। ब्राह्मण–श्रमण ये दो सांस्कृतिक परम्पराएं प्रमुख थी। बाह्मण वैदिक कर्मकाण्ड को मानने वाले थे। वेद–विहित अनुष्ठानों की विधि इन्हीं को मालूम थी, जिसके कारण समाज में इनका आदर एवं प्राधान्य था, किंतु धीरे–2 पुरोहित संकीर्ण ह्रदय और स्वार्थी होने लगे, जिससे कर्म–काण्डों के विरूद्ध विद्रोह की भावना प्रबल होने लगी। ऐसे में यज्ञ–याज्ञादि कार्यो को हीन एवं ब्रह्म–ज्ञान को श्रेष्ठ कहा गया।

ऐसे ही समय में शाक्य वंशीय राजा शुद्धोधन के वंश में राजकुमार सिद्धार्थ का जन्म (563 ईसा पूर्व) हुआ, जो क्षत्रिय कुल एवं गौतम गोत्र के थे। इनके पिता वैदिक धर्म के अनुयायी थे। सिद्धार्थ बचपन से ही विचारशील थे। अतः इनकी उत्सुकता जीवन के रहस्यों को जानने के लिए बढ़ने लगी। परिस्थितिवश उनमें आत्म–शक्ति का इतना अधिक विकास हुआ कि उन्होंने अपनी गृहस्थी एवं राज्य सभी छोड़कर आत्म–स्वरूप को जानने के लिए योग–साधना का आश्रय लिया। क्योंकि जिस स्थिति में अपना और दूसरे का दुख समान प्रतीत होता है, और अपनी सत्ता का बोध विश्वव्यापी हो जाता है, अर्थात जब समस्त विश्व में अपनत्व आ जाता है, उस समय सबकी दुख निवृत्ति ही, अपने दुख–निवृत्ति में परिणत हो जाती है। उन्होंने निश्चिय किया कि मुझमें भी श्रद्धा, वीर्य, स्मृति, समाधि और प्रज्ञा है। मैं स्वयं धर्म का साक्षात्कार करूँगा। अतएवः बौद्ध धर्म के प्रवर्त्तक महात्मा बुद्ध ने स्वयं योगाभ्यास किया। निर्जन वन में जाकर शरीर को तपाकर ध्यान–साधना के द्वारा उन्हें सिद्धि प्राप्त हुई। अतः उनका साधना मार्ग उनके स्वयं के अनुभव एवं ज्ञान के द्वारा प्रतिपादित थे जबकि स्वयं महर्षि पतंजलि ने विदेह और प्रकृतिलय योगियों का वर्णन करते हुए यही बताया है कि उनको यौगिक शक्तियां पूर्व जन्म के संस्कारो से स्वभावतः प्राप्त होती है।

महात्मा बुद्ध ने जिस धार्मिक एवं सामाजिक पुनरूत्थान का आदोलन प्रारम्भ किया, वह बहुजन हिताय था। उसमें निर्वाण का मार्ग सबके लिए था, तथा सामाजिक जीवन में समानता का पक्ष प्रतिपादित किया गया था। बुद्ध ने अपने उपदेशों के द्वारा सामाजिक रूढ़ियों पर कुठाराघात किया था। क्योंकि इस समय वर्ण व्यवस्था जन्मना आधारित थी तथा ब्राह्मणों की श्रेष्ठता कर्म के आधार पर नहीं वरन, ब्राह्मण वंशीय होने के कारण थी। यद्यपि वे अपने प्राचीन आदर्शों से विमुख हो रहे थे। जबकि क्षत्रियों की स्थिति उत्तम थी तथा ये लोग बौद्धिक क्षेत्र में विशेषतः तत्व ज्ञान में ब्राह्मणों से श्रेष्ठ हो रहे थे। वैश्यों की प्रतिष्ठा शिल्पकार के रूप में थी जिनका योगदान आर्थिक विकास में था। शूद्रों की सामाजिक स्थिति शोचनीय थी। सम्प्रति इस समय तक जातिगत भावना का विकास हो चुका था।

महर्षि पतंजलि का अष्टांग योग एवं महात्मा बुद्ध की अष्टांगिक योग, योग साधना, मानव जीवन के दुखों के उपशमन की ही पद्धति है। दोनों ही साधना में पुर्नजन्म का कारण 'कर्म' को माना गया है। योग में वर्णित हानोपाय का स्वरूप बौद्ध–साधना में चार

आर्यसत्य के रूप में स्पष्ट हैं। बौद्ध साधना तीन वर्गों में विभक्त है–शील अर्थात कार्यशुद्धि, समाधि अर्थात चित्तशुद्धि, प्रज्ञा अर्थात परमज्ञान।

योग–साधना में भी उच्च, मध्यम एवं निम्न कोटि के साधकों के लिए क्रमशः अभ्यास–वैराग्य, क्रियायोग एवं अष्टांग योग बताया गया है। उपर्युक्त वर्णित योग साधना एवं बौद्ध साधना के तत्वों के आधार पर हम कह सकते हैं कि विभिन्न तात्विक बुनियादों पर खड़े हुए दर्शन जब जीवन के लिए विशुद्ध मार्ग की खोज के लिए प्रवृत्त होते हैं तो उनकी साधनाओं में सैद्धान्तिक रूप से अन्तर होते हुए भी कुछ न कुछ समानता भी पायी जाती है।

योग शब्द का साधारण अर्थ है युक्त होना, किन्तु भावपूर्ण विस्तृत, व्यापक एवं विश्लेषणात्मक अर्थ है–आत्म स्वरूप से जुड़ना, समष्टि से जुड़ना अर्थात आत्मवत् सर्वभूतेषु समझना। जब साधक में यह परलक्षित होता है, तब ब्रह्मस्वरूप के तरफ प्रयाण शुरू हो जाता है, अन्ततः उसमें विलिन हो जाना ही 'योग' है, जिसे परमात्म साक्षात्कार या भगवद्प्राप्ति कहा गया है।

पातंजल योगप्रदीप के अनुसार–योगचित्तवृत्तिनिरोधः अर्थात "चित्त की वृत्तियों के निरोध को योग कहा गया है।" 'निरोध' का अर्थ है समाप्त कर देना (निरूद्धावस्था की प्राप्ति) परन्तु यह क्रम धीरे–2 आगे बढ़ता है क्योंकि योगी कारणों को ही समाप्त कर देते है जिसके कारण वृत्तियां उठती है।

भाष्यकार व्यास ने कहा है कि योग 'समाधि' है। समाधि दो प्रकार की मानी गयी है– सम्प्रज्ञात और असम्प्रज्ञात। असम्प्रज्ञात में भी सम्पूर्ण वृत्तियां निरूद्ध नहीं होती है। अतः कुछ वृत्तियों का निरोध भी योग है, क्योंकि असम्प्रज्ञात समाधि में भी दो अवस्था मानी गयी है– भवप्रत्यय एवं उपायप्रत्यय। उपायप्रत्यय–अवस्था के बाद ही निर्बीज समाधि सिद्ध होती है।

बौद्ध–योग में जीवन का चरम लक्ष्य माना गया है, महानिर्वाण। महानिर्वाण प्राप्ति के पश्चात् ही जन्म–मरण चक्र से मुक्ति होती है।

साहित्यिक सर्वेक्षण

पातंजल योग से संबंधित साहित्यः–

योग–दर्शन से संबंधित साहित्य में उन सभी साहित्यों का समावेश है जो योग–दर्शन के गूढ़ रहस्यों को उद्घाटित करने के लिए समय–2 पर लिखे गये हैं। इनमें सबसे

प्राचीन एवं प्रमाणिक है 'व्यासभाष्य'। इसके अतिरिक्त ज्ञानानन्द भाष्य, स्वामिनारायण भाष्य भी उपलब्ध होते हैं।

'व्यासभाष्य' के गहन तत्वों के स्पष्टीकरण हेतु वाचस्पति मिश्र ने तत्त्ववैशारदी, विज्ञानभिक्षु ने योगवार्त्तिक तथा हरिहरानन्द आरण्यक ने भास्वती नामक टीकाएं लिखी हैं। राघवानन्द ने 'पातंजल रहस्य' नामक उपटीका की रचना की है। सूत्रों के भावार्थ को समझने के लिए अनेक वृत्तियां प्रकाशित हैं जैसे–भोजदेवकृत राजमार्तण्ड, बलदेव मिश्र कृत–योगप्रदीपिका आदि।

बौद्ध–योग से संबंधित साहित्यः–

महात्मा बुद्ध के द्वारा रचित किसी भी ग्रंथ का प्रमाण नहीं मिलता है क्योंकि प्रायः बुद्ध के उपदेश मौखिक एवं जनता की आम भाषा (मगधी) में ही हुआ करते थे। पाली भाषा में बुद्ध के उपदेशों का संग्रह–'त्रिपिटक' (सुत्तपिटक, विनयपिटक एवं अभिधम्मपिटक) ग्रंथों में उपलब्ध है जो उनके महानिर्वाण के बाद (482 ई0पू0) प्रथम बौद्ध–संगति में किया गया।

अशोक के समय तक तीनों पिटकों की सृष्टि हो चुकी थी क्योंकि उनके पुत्र महेन्द्र एवं पुत्री संघमित्रा के प्रयास से लंकाद्वीप में तथागत के धर्म के साथ ही इन त्रिपिटकों का भी प्रथम प्रवेश हुआ। अतः बौद्ध के आधार एवं दार्शनिक विचार की जानकारी इन्हीं त्रिपिटकों पर अवलम्बित है। इसके अतिरिक्त दीपवंश, महावंश (सिंहली साहित्य), आर्यशूर की जातकमाला, क्षेमेन्द्र की अवदान कल्पलता (अवदान साहित्य), अश्वघोष की 'बुद्धचरित्र' (काव्य साहित्य) आदि के साथ ही बुद्धघोष, बुद्धदत्त, धम्मपाल विशिष्ट भाव्याकार के रूप में मिलते हैं, जिनसे बौद्ध दर्शन एवं महात्मा बुद्ध के साधना के बारे में विस्तृत अध्ययन किया जा सकता है।

यद्यपि योगदर्शन एवं बौद्ध दर्शन पर अनेक साहित्य की रचना हुई है, जिसके आधार पर तत्कालीन सामाजिक व्यवस्था का ज्ञान होता है, किंतु तुलनात्मक एवं समीक्षात्मक अध्ययन की दृष्टि से–महर्षि पतंजलि एवं महात्मा बुद्ध की योगसाधना पद्धति एक महत्वपूर्ण विषय है। यद्यपि पतंजल योग–जैन योग (2002), पातंजल योग–अरविन्द योग (1991) पर तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। जिससे यह संकेत मिलता है कि योगदर्शन, अन्य दर्शन को किसी न किसी रूप में प्रभावित किये हुए है; इससे यह प्रश्न उठता है कि क्या बौद्ध योग साधना भी पातंजल योग के तत्वों पर आधारित है।

अध्ययन की आवश्यकताः—

जिस समय वैदिक कर्मकाण्ड की समाज में प्रधानता देखी जा रही थी तथा पुरोहित वर्ग द्वारा सामान्य जन को दुःख निवृत्ति के लिए विविध कर्मकाण्ड (यज्ञ, बलि आदि) जो कई—कई दिनों तक चलते थे, का अनुष्ठान कराया जाता था। ऐसे ही समय में बौद्ध धर्म का अवतरण हुआ। बुद्ध के उपदेशों से श्रमण ही नहीं, बल्कि ब्राह्मण भी प्रभावित हुए एवं उनके अनुयायियों की संख्या बढ़ती गई। इससे प्रश्न उठता है कि वैदिक संस्कृति किस कारण से कमजोर हुई ? क्यों लोगों को बुद्ध का मध्यम मार्ग आकृष्ट किया ? इसी प्रकार से वर्तमान समय में भी लोग अपने शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक शान्ति के लिए यौगिक दिनचर्या को तेजी से अपना रहे हैं, **SPA** एवं **Yogic-center** खुल रहे हैं, किन्तु योग के रहस्यों को समझे बिना शारीरिक—मानसिक अभ्यास सिर्फ क्रिया रूप है, भावरूप नहीं और इससे समस्याओं का निराकरण नहीं हो सकता है। जब किसी भी साधना के मौलिक स्वरूप को नजरअन्दाज किया जाता है, तब उस परिवर्तित स्वरूप में कर्मकाण्ड की प्रधानता बढ़ती है जो दुःखों से निवृत्ति का भ्रम ही मानव में उपजाती है। जिस तरह से लोगों द्वारा यौगिक क्रियाओं का अनुशीलन किया जा रहा है उससे स्पष्ट होता है कि क्या लोग मध्यम मार्ग की तलाश में है अथवा मात्र बाहरी आध्यात्मिक आकर्षण है? जबकि आवश्यकता मौलिक परिवर्तन की है। अतः योग के सिद्धांतों को समझे बिना उसका पालन ऊपरी तौर पर करने से वह लाभ नहीं मिलेगा, जिसकी अपेक्षा योग में की जाती है। यौगिक सिद्धांत एवं अनुभव की व्याख्या वहीं साधक कर सकता है जिसके जीवन में वह स्पष्ट दिखाई देता है। इसके साथ ही उपलब्ध मौलिक साहित्यिक साधनों के द्वारा भी इसे जाना जा सकता है। यहां तुलनात्मक एवं समीक्षात्मक अध्ययन की आवश्यकता इन्हीं कारणों से महसूस होती है क्योंकि इससे यह तथ्य स्पष्ट हो जायेगा कि व्यावहारिक समस्याओं के निराकरण में किसका पक्ष सैद्धांतिक एवं व्यावहारिक रूप से अधिक सहयोगी है।

उद्देश्य—

यह जानना जरूरी है कि अष्टांग योग एवं अष्टांगिक मार्ग बाहरी रूप से एक से लगते हैं, तो क्या इसका आन्तरिक स्वरूप भी एक है ?

एक जन्मजात महर्षि एवं एक जन्मजात राजकुमार के साधना के तत्व क्या हैं ?

व्यावहारिक समस्याओं के निराकरण में किसका पक्ष अधिक सहयोगी है ?

इस शोध में निष्पक्ष तथा वैज्ञानिक दृष्टिकोण से अध्ययन किया जायेगा जिससे योग विषय की वास्तविकता को समझने में सहायता मिलेगी।

शोध अध्ययन की प्रस्तावित रूपरेखा निम्नलिखित है :–

अध्यायः– 1 पातंजल योग : सामान्य परिचय।

अध्यायः– 2 महर्षि पतंजलि की साधना–पद्धति।

अध्यायः– 3 बौद्ध योग–सामान्य परिचय।

अध्यायः– 4 महात्मा बुद्ध की साधना पद्धति।

अध्यायः– 5 साधना में साधक–बाधक तत्व।

अध्यायः– 6 पातजंल योग एवं बौद्ध योग की तुलनात्मक एवं समीक्षात्मक विवेचना।

उपसंहार

परिशिष्ट –

1. संदर्भ ग्रंथावली
2. सहायक ग्रन्थ

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1—पालि एवं संस्कृत बौद्ध साहित्य

अभिधर्मकोष	सं0 राहुल सांकृत्यायन, काशी विद्यापीठ, वाराणसी
अवदानशतक, भाग—1	सं. जे.एस. इस्नेयर,प्र. पिट्सर्व, 1901
अवदानशतक, भाग—2	वही, 1901
उदान	सं. महापण्डित राहुल सांकृत्यायन, रंगुन, 1937
अंगुत्तरनिकाय	अनु. भदन्त आनन्द कौसल्यायन, प्रे. महाबोधिसभा, कलकत्ता, 1963
उत्तर भारत में बौद्धधर्म का विकास	डॉ0 नीलनाक्ष दत्त तथा श्री कृष्णदत्त वाजपेयी, उत्तर—प्रदेश सरकार, लखनऊ, 1956
	सं. राय शरच्चन्द्रदास बहादुर तथा शरत् चन्द्र शास्त्री, प्र. बुद्धिस्ट टैक्स्ट सोसाइटी, कलकत्ता, 1818
गौतम बुद्ध	आनन्द के. कौमारस्वामी और आई.बी. हार्नर अनुवादक—देवेश चन्द्र, सूचना और प्रसारण मन्त्रालय, दिल्ली—1966
जातक	अनु. भदन्त आनन्द कौसल्यायन, प्र. हिन्दी साहित्य सम्मेलन, प्रयाग, सम्वत 2013
जातक	अनु. कावेल्स, कैम्ब्रिज यूनिवर्सिटी, 1815—1907
जातकमाला	अनु. सूर्यनारायण चौधरी, मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली, वाराणसी, पटना।
जातक अट्ठकथा	सं. धर्मरक्षित, 1951
थेरी गाथा	अनु. भरत सिंह उपाध्याय, नेशनल पब्लिशिंग हाउस दिल्ली, 1960
थेरगाथा	अनु. भिक्षु जगदीश कश्यप, नालन्दा

दिव्यावदान	सं. पी.एल.वैद्य, प्र. मिथिला विद्यापीठ, दरभंगा
दीपवंश	सं. एवं अनु. ओल्डेनवर्ग, विलियम्स एण्ड पागेट, लन्दन, एडिनबर्ग, 1971
दीघनिकाय	अनु. भिक्षु राहुल सांकृत्यायन एवं भिक्षु जगदीश काश्यप
दीघनिकाय(पालि) (प्रथम से द्वितीय भाग तक)	सं. भिक्षु जगदीश काश्यप, प्र. पालि प्रकाशमण्डल, नालन्दा, बिहार सरकार
धम्मपद(नव संहिता)	सं. विनोवा भावे, अनु. कुन्दरीवाण
बुद्धचर्या	अनु. राहुल सांकृत्यान, प्रे. महाबोधि सभा, सारनाथ, वाराणसी
बुद्धचरित	अनु. सूर्यनाराण चौधरी, प्र. संस्कृत भवन कठोतिया, पूर्णिया, 1955
बोधिचर्यावतार	अनु. शान्तिभिक्षु शास्त्री, प्र. बुद्धविहार, लखनऊ, 1955
महावस्तु	सं. सेनार्ट, पेरिस, 1882
महापरिनिब्बानसुत्त	अनु. भिक्षु धर्मरक्षित, प्र. ज्ञानमण्डल लि, काशी
मज्झिमनिकाय	अनु. त्रिपिटकाचार्य राहुल सांकृत्यायन, प्र. महाबोधि सभा, सारनाथ, वाराणसी, 1964
महावंश	अनु. भदन्त आनन्द कौसल्यायन, प्र. हिन्दी साहित्य सम्मेलन, प्रयाग
महावस्तु अवदान (भाग–3)	सं. ई. सेनार्ट, पेरिस, 1882–1899
ललितविस्तर (भाग–2)	सं. एस. लेफमेन, हाल ए. एम. 1902–1908
ललितविस्तर	सं. राजेन्द्रलाल मिश्रा, एशियाटिक सोसायटी ऑफ बंगाल, कलकत्ता

ललितविस्तर	सं. पी.एल. वैद्य, दरभंगा
पेतवत्थु	सं. राहुल सांकृत्यायन
विनयपिटक	अनु. राहुल सांकृत्यायन, महाबोधिसभा, वाराणसी, 1934
विशुद्धिमार्ग	अनु. भिक्षु धर्मरक्षित, प्र. महाबोधिसभा, वाराणसी
सद्धर्मपुण्डरीक	सं. नलिनाक्षदत्त, प्र. एशियाटिक सोसाइटी, कलकत्ता
सुत्तनिपात	अनु. भिक्षु धर्मरक्षित, पं. महाबोधसभा, वाराणसी
सौन्दरनन्द (प्रथम भाग)	सं. हरप्रसाद शास्त्री, कलकत्ता, 1910
सौन्दरनन्द (द्वितीय भाग)	सं. तथा अनु. सूर्यनारायण चौधरी, प्र. संस्कृतभवन, कठौतिया, पूर्णिया, बिहार, 1905
सौन्दरनन्द (तृतीय भाग)	अनु. भिक्षु जगदीश काश्यप एवं त्रिपिटिकाचार्य भिक्षु धर्मरक्षित, प्र. महाबोधि सभा, सारनाथ, वाराणसी
संयुत्तनिकाय (द्वितीय भाग)	अनु. भिक्षु जगदीश काश्यप एवं त्रिपिटिकाचार्य भिक्षु धर्मरक्षित, प्र. महाबोधि सभा, सारनाथ, वाराणसी

2–संस्कृत साहित्य

ऋग्वेद	आचार्य श्रीरामशर्मा , संस्कृतिसंस्थान, बरेली 1962
उपनिषद्	प्रकाशन, गीताप्रेस, सं0वि0 1918
पांतञजलयोग दर्शनम्	(भाषानुवाद सहित) ब्रहम्लीन मुनिस्वामी चौखम्बा, संस्कृत संस्थान ,वाराणसी, 1984
पांतञजलयोग दर्शनम्	विज्ञानाश्रम जी स्वामी, व्यासभाष्य, भोजकृति सहित, द्वितीय संस्करण, मदनलाल निवास चण्डक, कचहरी रोड, अजमेर 1961,
पांतञजलयोग दर्शनम्	हरिहरानन्द आरण्यस्वामी प्रथम संस्करण, मोतीलाल बनारसीदास दिल्ली, 1974

पांतञजलयोग दर्शनम् — (वाचस्पति मिश्र कृत तत्व वैशारदी, विज्ञानभिक्षु कृत योगवार्तिक एवं व्यासभाष्य सहित) भारतीय विद्याप्रकाशन, वाराणसी 1981

पांतञजलयोग योगसूत्रम् — (भाव प्रकाशिका हिन्दी व्याख्या सहित चौखम्बा–संस्कृत संस्थान वाराणसी वि0सं0 2040)

योग सूत्रम् — (स0पा0)ढुण्ढिराज शास्त्री, चौखम्बा–संस्कृत संस्थान वाराणसी– 1982

योगदर्शनम् — पांतञजलि गीता प्रेस गोरखपुर– वि0सं0 2011

3–हिन्दी ग्रन्थ

गौतम बुद्ध — आनन्द के, कुमार स्वामी, अनु. देवेन्द्र चन्द्र, प्रकाशन विभाग, सूचना प्रसारण मंत्रालय, भारत, 1966

दिव्यावदान में संस्कृति का स्वरूप — डॉ0 श्याम प्रकाश, प्रगति प्रकाशन, आगरा, 1970

पांतञजलयोग दर्शनम् — मुनि ब्रहम्लीन चौखम्बा,संस्कृत संस्थान , वाराणसी, 1984

पांतञजलयोग योगप्रदीप — ओमानन्द तीर्थ स्वामी, द्वितीय संस्करण आर्य साहित्य मण्डल लि0 अजमेर 1948

पालि साहित्य का इतिहास — भरत सिंह उपाध्याय, हिन्दी साहित्य सम्मेलन, प्रयाग, 1957

बुद्ध और बौद्ध धर्म — आचार्य चतुरसेन शास्त्री, भारती प्रकाशन लखनऊ 1964

बौद्ध धर्म दर्शन — नरेन्द्र देव बिहार राष्ट्रभाषा परिषद् 1971

भारतीय–दर्शन — डा0 राधाकृष्णन प्रथम संस्करण (अनु0) श्री नन्दकिशोर गोभिल, राजपाल एण्ड सन्स,कश्मीरी गेट दिल्ली–1969

योग मनोविज्ञान	शांति प्रकाश आत्रेय, प्रथम संस्करण दिं इण्टरनेशनल स्टेण्डर्ड पब्लिकेशन वाराणसी–5, 1961।
योगदर्शन	डा0 सम्पूर्णानन्द, हिन्दी समिति सूचना–विभाग लखनऊ–1965
योग दर्शन (सरल हिन्दी व्याख्या सहित)	पं0 श्री राम शर्मा आचार्य– संस्कृति संस्थान वेदनगर बरेली–2005
योग प्रदीपिका	बलदेव मिश्र, चौखम्बा प्रकाशन् वाराणसी, 1987
योग सार संग्रह	विज्ञानभिक्षु (अनु0व्या0) पवनकुमारी ईर्स्टन बुक लिंकर्स– दिल्ली, 1981

4-ENGLISH BOOKS

Gopi Krishna	**The secret of Yoga, First Edition, Harper & Row, New York**
I.K. Taimi	**The science of Yoga, Fifth Edition, The Thedophical publishing house Adyar (Madras), 1974**
R.K. Shringy	**Yoga Science and Philospy Bharata Manicha, Varansi-1979**
Rohit Mehta	**Yoga The art of integration, First Edition, the theosophical publishing house Adyar (Madras), 1975**

5–पत्रिकाएं

अखण्ड ज्योति	अखण्ड ज्योति संस्थान –घियमण्डी –मथुरा
कल्याण (योगांक)	गीता प्रेस गोरखपुर।
कल्याण (साधनांक)	गीता प्रेस गोरखपुर।
योग मीमासां	कैवल्य धाम, लोनावाला।

सहायक ग्रन्थ

अध्यात्म अनुभाग योग प्रकाश	चिदानन्द, अभयदेव सूरिग्रथमाला कलकत्ता–1922
अन्तर्जगत की यात्रा का ज्ञान–विज्ञान	डा0प्रणव पाण्डया, वेदमाता गायत्री ट्रस्ट, शांतिकृज हरिद्वार–2006
गीता (श्रीमद्भगवत्गीता)	गीता प्रेस, गोरखपुर वि0सं0 2028
जैन, बौद्ध और गीता का साधना मार्ग	सागरमल जैन, प्राकृत भारती संस्थान जयपुर–1982
तत्व दर्शन	दामोदर शास्त्री, चौखम्बा प्रकाशन वाराणसी, 1935
पांतञजल योगशास्त्र–एक अध्ययन	बह्यमित्र अवस्थी, इन्दु प्रकाशन दिल्ली– 1978
परमात्म प्रकाश और योगसार	रायचन्द्र योगीन्दु, जैन ग्रन्थमाला,बम्बई 1915
पांतञजलयोगसूत्रः एक समालोचक अध्ययनः–	पवनकुमारी, ईस्टर्न बुक लिंकर्स दिल्ली–1999
पांतञजलयोगसूत्रः विवेचानात्मक एवं तुलनात्मक अध्ययन	नलिनी शुक्ला , शक्ति योगाश्रम, कानपुर 1975
भारतीय संस्कृति एवं साधना	गोपीनाथ विराज–बिहार राष्ट्रभाषा परिषद् पटना, 1963
भारतीय दर्शन में योग	मंगला मोतीलाल बनारसी दास दिल्ली, 1983
मनोनुशासन	आचार्य तुलसी, आदर्श साहित्य संघ, चुरू, 1970
मन, रहस्य और निग्रह	श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती दिव्य जीवन संघ प्रकाशन,–द्वितीय संस्करण–1996
योगी सम्पद्राय विकृति	योगी चन्द्रनाथ (अनु0) शाही–बाग अहमदाबाद, 1924
संतकाव्य मे योग का स्वरूप	रामेश्वर प्रसाद सिंह, अनुपम प्रकाशन, पटना, 1977।